

# Le retour sur soi

## Stoïcisme et bouddhisme zen

Laurentiu ANDREI

Tout en développant des théories complexes de la réalité, le bouddhisme, sous ses différentes formes, et le stoïcisme ne se résument pas à informer leurs adeptes mais aussi à les former d'une certaine manière. Au sein de ces doctrines, une place importante est accordée à la discipline qui comprend à la fois une dimension corporelle et une dimension psychique. A travers des pratiques spécifiques, qui visent sa subjectivité et son rapport avec le reste de la réalité, le disciple est exhorté à faire retour sur soi, afin d'agir sur soi, d'acquérir une certaine maîtrise de soi et de modifier sa vision de la réalité. Par l'adoption d'un point de vue juste, il réalise l'accord avec l'ordre du monde, accord qui libère de la souffrance.

Le thème du retour sur soi peut servir de point d'inflexion à une comparaison entre stoïcisme et bouddhisme zen. Dans cette étude, il sera question de comparer le stoïcisme d'Epictète et de Marc-Aurèle et le zen de Dōgen Kigen (道元希玄)<sup>1</sup>. Ainsi, nous nous proposons d'analyser comparativement les formes que revêt ce retour.

1. Le bouddhisme zen regroupe plusieurs doctrines, mais ici nous nous intéressons surtout à celle qui hérite de la branche du bouddhisme chinois *caodong*. Il s'agit du *sōtō zen* japonais dont Dōgen est considéré comme l'initiateur.

## LE RETOUR SUR SOI DANS LE STOÏCISME

Parler du soi dans le stoïcisme<sup>2</sup> nécessite quelques précisions parce qu'une telle notion ne repose pas, dans le grec ancien, sur une expression nominale strictement déterminée. Pour aborder la question du soi, on a donc besoin de faire appel à d'autres notions qui pourraient rendre compte des différents aspects de la subjectivité stoïcienne. Car, l'absence d'une expression nominale strictement déterminée ne peut pas aussi facilement écarter les questions liées à la subjectivité, dont l'une des principales porte sur le rapport soi/âme.

Pour certains stoïciens, écrit Sextus Empiricus (*Contre les professeurs* VII, 234), l'âme se dit en deux sens: le pouvoir sustentateur qui assure l'unité et la cohérence du composé (âme-corps), mais aussi la partie directrice (*hēgemonikon*). Son témoignage met en relief le fait que les stoïciens, tout en concevant l'âme humaine avec les mêmes caractéristiques et fonctions que celle des animaux, accentuaient son caractère rationnel. On pourrait alors considérer le soi comme la puissance rationnelle propre à tous les êtres humains, partie du *logos* divin qui se manifeste dans l'hégémonie et se localise dans le cœur de l'homme. Cette puissance est auto-transformatrice et agit au niveau psycho-physique. En tant que manifestation du *logos*, elle est appelée à contribuer, à travers ses actes, à l'harmonie cosmique. Si le soi peut être identifié à l'âme, ce sera moins dans sa dimension de principe vital qu'en tant que principe rationnel.

Pour un maître comme Epictète, la question du soi ne relève plus directement de la partie rationnelle et directrice, mais d'un aspect précis de cette partie: la *prohairesis* (SORABJI 2006, 193). Dans la philosophie aristotélicienne, la *prohairesis* renvoie au choix rationnel entre des possibles, choix qui engage notre préférence. Chez Epictète, elle apparaît là où on aurait pu s'attendre à des notions comme *hēgemonikon* ou *logos*. La préférence d'Epictète pour la *prohairesis*, pourrait se justifier par le fait qu'elle "revêt... un sens fortement actif" (VOELKE 1973, 154) qui à la fois

2. Ceci est un problème qui soulève un certain nombre de questions, en témoignent les diverses critiques qui viennent du champ de l'histoire de la philosophie et de la philosophie du langage ordinaire, notamment concernant la forme substantivée "le soi". Pour une vision d'ensemble de ces questions voir l'article de Laurent JAFFRO indiqué dans la bibliographie.

découle et s'inscrit dans le mouvement dynamique du *logos*. Son activité est de même espèce que ce mouvement qu'elle intègre.

Même si on constate que la question de la subjectivité est liée ici directement à la *prohairesis*, il faut tout de même rappeler qu'Epictète est en accord avec l'ancienne doctrine quand il rapproche la *prohairesis* du *logos* et de l'*hēgemonikon*. Ces trois termes sont presque interchangeables, preuve qu'un même souci doit être accordé à chacun d'entre eux (EPIC-TÈTE *Entretiens* I, 4, 18; III, I, 24–6; IV, 4, 43). La *prohairesis* fait référence à un pouvoir (*dunamis*) ou une "faculté" en nous, qui est donné par les dieux. Mais, ce n'est pas une faculté comme les autres (*Entretiens* II, 23, 5–20). On pourrait la caractériser comme une volonté libre propre à chacun, douée d'un mouvement tensionnel (*tonikē kinēsis*) continu, qui peut décider de la manière de penser et d'agir et même de la direction de son propre mouvement. Le domaine de la *prohairesis* est ce qui dépend de nous (*epi'hēmin*), c'est-à-dire ce qui se trouve dans la sphère de notre pouvoir, ce qui est à notre portée ou ce sur quoi nous pouvons exercer notre contrôle. En effet, une des distinctions majeures qui ressort de l'enseignement d'Epictète concerne ce qui entre dans la sphère de la *prohairesis* et ce qui n'appartient pas à cette sphère.

Ainsi, les disciples sont exhortés à s'identifier toujours à la *prohairesis*, la seule sphère entièrement libre, qui nous appartient en propre, délimitée par les fonctions de notre principe directeur. C'est, en effet, la manière la plus sûre d'exercer un contrôle actif des représentations (*phantasiai*), d'en faire le meilleur usage en vue de l'accord avec la nature universelle<sup>3</sup>. Une attention constante doit alors être accordée aux *phantasiai* qui viennent de l'extérieur à travers le corps et ses organes sensoriels. Si le soi est *logos*, il est système de représentations (*Entretiens* I, 20, 5). En outre, en tant qu'être vivant, l'homme possède une capacité naturelle d'appropriation à soi-même (*oikeiosis*). Par conséquent, il peut faire retour sur lui-même (il est réflexif) et peut se transformer à partir de ce qu'il est, à savoir des représentations (JAFFRO 2008).

La transformation de soi a le sens d'un perfectionnement de soi, écho de l'idéal éthique socratique. Selon les maîtres stoïciens, la perfection éthique dépend entièrement de nous et repose sur l'accord (*homologia*)

3. Idéal éthique chrysippéen.

avec la nature universelle. Cet accord consiste à s'inscrire – en acceptant ce qui arrive comme il arrive (*Manuel* VIII) – dans le flux perpétuel des choses au sein duquel se déroule l'activité incessante de Dieu. L'activité divine se manifeste dans l'enchaînement ininterrompu des causes et l'interaction continuelle des corps, appelée sympathie universelle. La théorie stoïcienne de la sympathie universelle est corrélative de celle de mélange total (*krasis di'holōn*). Selon cette dernière, plusieurs corps peuvent occuper, en s'interpénétrant, le même lieu, sans perdre leurs qualités individuelles. La sympathie universelle fait référence au système de relations qui existe entre les corps et à travers lequel se maintiennent l'unité et l'organicité du tout cosmique. De cette manière, non seulement rien ne se trouve en dehors du *logos* universel ou de Dieu, mais encore, aucune partie du monde n'est étrangère à une autre. Il y a une solidarité des parties du monde qui contribue à l'harmonie cosmique. En effet, le monde est conçu comme une totalité unifiée très dense où les relations entre les parties sont extrêmement intenses, à un tel degré qu' "il n'y a rien dans le monde qui reste exactement ce qu'il est, dès qu'il se passe quelque chose dans le monde – et il se passe toujours quelque chose dans le monde" (BRUNSCHWIG 1998, 543). Le Portique atteste ainsi une immanence et une impermanence du monde. Le monde change continuellement par l'activité incessante et toujours actuelle de Dieu.

Selon la thèse stoïcienne de l'appropriation à soi-même (*oikeiosis*), il est tout à fait naturel pour le vivant de s'attacher à son intérêt propre afin de se conserver dans son être. Tout ce qui pourrait entrer en conflit avec son intérêt deviendrait un objet de haine et de répulsion. Il appartient ainsi à la nature profonde du vivant, d'avoir un souci de soi. Le bouddhisme pourrait tout à fait souscrire à cette idée car il estime aussi que tout être vivant cherche à se préserver soi-même. Mais, le bouddhisme considère ceci comme une forme d'attachement et tout attachement est source de souffrance. Ayant compris un tel danger, Epictète met en garde quant au choix de l'objet du souci de soi.

L'être vivant penche nécessairement du côté où se trouve le moi et le mien; si c'est dans le corps, c'est le corps qui domine; si c'est dans la volonté, c'est la volonté (*προαιρέσει*); si c'est dans les choses extérieures, ce sont les choses extérieures. (EPICTÈTE *Entretiens* II, 22, 19–20 dans: BRÉHIER 1962)

Si, de par son inclination naturelle, l'homme choisit de se tourner vers autre chose que la *prohairesis*, alors le danger devient manifeste. Car, il place hâtivement son intérêt et s'identifie de manière erronée à quelque chose qui ne lui appartient pas en propre ou qu'il n'est pas véritablement: choses extérieures (des biens, des rôles dans la cité, etc.), corps, souffle vital. A quoi l'homme devrait-il alors s'identifier? Marc-Aurèle exprime cela dans les termes suivants:

Tu es composé de trois choses: le corps, le souffle vital et l'intelligence (νοῦς). Les deux premières sont tiennes dans la mesure où il faut s'en occuper; mais seule la troisième est essentiellement tienne... si... tu sépares de cette faculté directrice tout ce qui s'y est joint en conséquence des passions, tout ce qui est au-delà du présent et tout le passé...; tu t'exerceras à vivre dans le seul moment où tu vis, dans le présent; et tu pourras passer le temps qui te reste jusqu'à ta mort sans trouble, noblement et d'une manière agréable à ton propre démon (δαίμον). (*Pensées* XII, 3)

Dans ce fragment, il est clairement question d'un exercice de délimitation de soi, d'une véritable "ascèse de détachement" (HADOT 1992, 137) qui implique une transformation intégrale de la vision que l'individu a de lui-même. Par la dissolution de l'erreur qui consiste en une identification de soi trop hâtive, le philosophe se tient à l'écart des choses sans importance et s'efforce de suivre la voie de l'accord avec la nature (*Pensées* III 4). Marc-Aurèle met l'accent sur deux fonctions particulières de l'âme: l'intellect (*noûs*) et la pensée (*dianoia*). Il parle d'introduire un écart, une distance entre la pensée et tout ce qui vient la troubler. L'homme doit se détacher de ce qu'il n'est pas véritablement, à savoir son corps physique, son souffle vital, ses fonctions politiques, ses biens, etc.

Toutes ces choses n'appartiennent pas au domaine où notre liberté se manifeste sans entrave, ne sont pas en notre pouvoir et, par conséquent, il n'est possible de s'identifier à elles que de manière erronée. En tant qu'elles sont données par la providence, il est naturel d'en prendre soin, pour leur assurer une bonne santé. Il est nécessaire aussi de jouer le mieux possible le rôle social attribué par le destin: mari, père, consul, soldat, mendiant, etc. Mais surtout, il faut prendre soin de son *daimon*, qui a été donné lui aussi, précisément, en tant que pouvoir libre et rationnel

(HADOT 1992, 132). La notion de *daïmon* qui, dans les poèmes homériques, évoque un “destin individuel et, d’une manière générale, un principe divin diffus” (HADOT 1992, 140) nous est mieux connue sous l’acception que lui donnait Socrate, celle de voix intérieure, qu’il disait lui servir de guide. Platon lui-même parle du *daïmon* comme d’un don de Dieu à chacun de nous et il l’identifie avec la partie de l’âme la plus haute (PLATON *Timée*, 90 a).

Chez Marc-Aurèle, le *daïmon* est un prolongement du *logos* divin en nous. En tant qu’il est gardé sans souillure, il est un refuge (*kataphugōn*) où chacun peut se mettre à l’abri de tout malheur, comme dans une forteresse (*Pensées* VIII, 48). Prendre soin de son *daïmon* ne signifie pas qu’il aurait besoin d’un quelconque soin car étant de nature divine, il est incorruptible. Prendre soin signifie plutôt révéler cette nature divine et s’identifier à elle. Il faut constamment actualiser l’identification avec le *daïmon* car c’est ainsi que l’on touche soi-même au divin. Pour cela, l’homme doit faire retour sur soi ou, comme l’a écrit Marc-Aurèle, se retirer continuellement en soi-même<sup>4</sup>, afin de se transformer selon le bon ordre (*eukosmia*) et la vertu. La vertu ou la fin (*télos*) suprême pour les stoïciens est de vivre en accord (*homologia*) avec la nature, la Loi commune de toutes choses ou le *logos* universel. C’est la nature elle-même qui conduit les hommes à vivre selon la vertu. Or, vivre selon la vertu n’est rien d’autre que vivre en conformité avec l’expérience des événements naturels, car notre nature est celle de l’univers (Diogene Laerce VII, 87–9).

Dès lors, comme le *daïmon* est le prolongement de la nature en nous, il faut s’accorder avec lui. Ainsi, l’accord avec la nature n’est pas un accord entre la nature de l’individu agent et les choses extérieures, mais un “accord à terme unique”, un “accord constant avec soi-même” (GOLDSCHMIDT 1998, 130, 133), avec sa propre nature, qui n’est pas différente de la nature universelle. A chaque fois que l’homme cherche à s’accorder avec sa propre nature, il s’accorde par là-même avec la nature universelle car il est un membre (*melos*) du corps de l’univers et non une simple partie (*meros*) (*Pensées* VII, 13).

Le sens du retour sur soi dans le stoïcisme repose sur cet accord. En

4. Εἰς ἑαυτὸν ἀναχωρεῖν. (*Pensées* IV, 3)

effet, le retour sur soi semble être l'activité la mieux adaptée pour la fin (*télos*), qui est l'accord avec la nature. En pratiquant le retour sur soi, le disciple ne s'isole pas en lui-même, mais au contraire, il prend conscience du tout cosmique auquel il est étroitement lié. Toutes ses actions sont alors orientées dans le sens de la préservation de l'harmonie universelle. Le retour sur soi n'a donc pas une dimension égoïste ou égocentrique. Profondément imprégnée de compassion, cette pratique oriente l'agir et la pensée en vue du bien de tous les êtres (*Pensées IX, 23*).

### LE RETOUR SUR SOI DANS LE ZEN

La longue histoire du bouddhisme s'étend à travers des cultures diverses. Ainsi, les positions des nombreuses doctrines bouddhistes ne sont pas seulement différentes, mais quelquefois divergent radicalement. Néanmoins, ce qui est spécifique au bouddhisme et ce qui le distingue en même temps des autres doctrines, comme le brahmanisme, c'est la thèse de l'absence de soi – *anātman* (*muga* 無我), (FAURE 1998, 170). Le soi est réduit dans le bouddhisme à un ensemble de cinq agrégats psycho-physiques – *skandha* (*un* 蘊)<sup>5</sup>. En outre, choses et phénomènes ne possèdent pas par eux-mêmes une essence propre: leur nature est vacuité – *śūnyatā* (*kū* 空)<sup>6</sup>. Autrement dit, ils se déterminent seulement de manière interdépendante; leur individuation surgit des relations très complexes qui sous-tendent la réalité. Comme tout est vacuité, la série des agrégats l'est aussi. Aucun sujet ne se cache derrière. En vertu de la vacuité et de la production interdépendante/coproduction conditionnée – *pratītya-samutpāda* (*engi* 緣起)<sup>7</sup> – le soi est, comme tout le reste de la réalité, en perpétuel changement. Mais, le changement perpétuel de

5. Les agrégats de la forme, *rūpa* (色蘊), de la sensation, *vedanā* (受蘊), de la perception, *saṃjñā* (想蘊), des formations mentales/karmiques/volitionnelles, *saṃskāra* (行蘊) et de la conscience/connaissance, *viññāna* (識蘊).

6. Par vacuité (*śūnyatā*), il ne faut pas comprendre une absence absolue de toutes choses ou un pur néant, mais plutôt un flux continuuel qui se manifeste en interdépendance. La vacuité caractérise tous les phénomènes car rien n'a par soi-même d'essence propre et immuable.

7. L'éveil révèle la vérité de l'interdépendance, l'absence d'existence et d'essence propres, l'insubstantialité et la vacuité de toutes choses dans l'univers.

toutes choses cache, en quelque sorte, la constance du changement dans le changement lui-même, son ainsité – *tathatā* (*shinnyo* 眞如)<sup>8</sup>.

Pour évoquer la question du soi dans le bouddhisme zen, un fragment du texte intitulé *Genjō-kōan* (現成公案) – *Le Kōan actualisé* – écrit par Dōgen en 1233, peut servir d’appui. Ce texte appartient au corpus *Shōbōgenzō* (正法眼藏) – *Trésor de l’Œil de la Vraie Loi*. Chez Dōgen, on peut constater la nécessité d’un engagement personnel dans la pratique. En outre, comme dans le stoïcisme, il est question d’un rapport entre le soi et le monde ou la nature. De fait, ces deux aspects apparaissent dans ce célèbre fragment:

Apprendre la Voie bouddhique, c’est s’apprendre soi-même. S’apprendre soi-même, c’est s’oublier. S’oublier, c’est être attesté par tous les dharmas. Être attesté par tous les dharmas, c’est dépouiller corps et esprit, pour soi-même et pour les autres. C’est voir disparaître toute trace d’éveil, et faire apparaître constamment cet éveil sans trace. Qui s’enquiert de la Loi bouddhique s’en trouve aussitôt éloigné de mille lieues. Mais lorsque la Loi lui est transmise correctement, il est sur-le-champ un homme à part entière. (*Genjō-kōan* dans: FAURE 1987, II4)

*Butsudō* (佛道), la voie bouddhique, est à la fois la méthode et la vérité découverte par Śākyamuni lors de son éveil. Dōgen s’emploie à décrire de quelle façon il est possible de suivre cette voie. Ainsi, apprendre la voie du Bouddha revient à s’apprendre – *narau* (習う/ならう) – soi-même. Le mot *narau* a aussi le sens de *se transformer* ou *se modeler* par imitation (KASULIS 1981, 88). La notion de “soi” (*jiko* 自己) et celle de “Bouddha” (*butsu* 佛) sont ainsi mises en rapport à l’aide d’un moyen terme: le verbe “apprendre”. En quoi peut consister le fait de s’apprendre soi-même? Il semble que cet apprentissage nécessite, dans un premier temps, un retour sur soi et, ensuite, une transformation par imitation. Ailleurs (*Bussō*), Dōgen cite le *Sutra de l’extinction suprême*, selon lequel “tous les êtres sans exception ont la nature-de-Bouddha”<sup>9</sup>, et joue sur le double sens du

8. *Tathātā* désigne la réalité telle quelle ou la vraie nature des phénomènes. Elle peut désigner aussi: la production conditionnée des phénomènes; la fin ultime de toute recherche; la vérité ultime en tant que domaine de la sagesse; l’élément, l’espace, de la réalité.

9. 一切衆生悉有佛性.

caractère *u* (有) – “avoir” et “être” – pour éliminer la distinction entre le principe – la nature-de-Bouddha (*bussbō* 佛性) – et les phénomènes (FAURE 1987, 24). La nature-de-Bouddha n’est pas différente de la réalité dans sa totalité. Elle s’étend à l’univers entier et à la totalité de l’existence.

Alors, quand il est question de transformation par imitation, il s’agit de rejoindre ce qui est à la fois le plus propre et le plus commun à tous les êtres: la nature-de-Bouddha. L’apprentissage de soi est défini comme un oubli de soi; ceci paraît paradoxal, car il est généralement difficile d’imaginer un apprentissage de quelque chose qui aboutit à l’oubli de la chose. Il faut alors s’interroger sur la signification de cet oubli. En poursuivant le texte, on comprend que l’oubli de soi consiste dans l’attestation par tous les dharmas (*manbō* 萬法) – littéralement, “les dix mille dharmas”. Précisons que l’expression “tous les dharmas” fait référence, dans ce contexte, à l’ensemble des phénomènes et à la totalité des causes et conditions qui sont en accord avec la Loi bouddhique, *Dharma*<sup>10</sup>. Quant à la signification de l’oubli de soi comme attestation, pour tenter de la comprendre, il faut prendre en compte la thèse bouddhiste de l’absence de nature propre (*mujishō* 無自性), selon laquelle rien n’a d’essence propre et stable: tout est vacuité. Oublier le soi revient à réaliser sa vacuité.

Le retour sur soi implique ainsi un oubli purificateur, mais qui n’est pas une négation absolue de soi. Le soi est, en effet, réinvesti dans la réalité et attesté par tous les dharmas. L’illusion consiste à croire qu’il est possible de se placer dans une position d’extériorité par rapport aux phénomènes et d’agir ou de témoigner sur eux comme si on appartenait à une réalité différente et indépendante de la leur<sup>11</sup>. Or, selon la thèse de la

10. Le mot sanskrit *Dharma* a la racine *dhr* qui signifie “porter” ou “tenir”, c’est à la fois ce qui tient, l’acte de tenir et ce qui est tenu. Il a principalement deux sens: l’enseignement (la voie) du Bouddha et la totalité des phénomènes. Mais, la même notion fait aussi référence à: l’ordre cosmique comme système de tous les êtres; l’ordre social; la réalité universelle découverte par Bouddha; la doctrine bouddhique, expression de cette réalité; la loi universelle qui constitue la réalité et régit le monde et les êtres; l’idée, en tant qu’objet spécifique de l’esprit; les règles de conduite, la pratique correcte qu’il faut observer.

11. “Pratiquer et attester tous les dharmas en nous portant vers eux relève de l’illusion; le fait que les dharmas viennent nous pratiquer et nous attester constitue l’éveil.” (*Genjō-kōan* dans: FAURE 1987, 113).

coproduction conditionnée, tout ce qui est n'est pas par soi-même mais en interdépendance. Une expérience primordiale fonde en même temps soi et dharmas sans distinction ou séparation. Cette expérience primordiale unifiante, au sein de laquelle la distinction sujet-objet est surmontée, c'est l'éveil – *satori* (悟). Quand l'éveil advient, toute vision dualiste se dissout. Ainsi, soi et dharmas apparaissent et se manifestent en interdépendance. Se laisser attester par tous les dharmas a, par conséquent, le sens de l'actualisation de cette expérience primordiale. L'attestation de soi par la totalité des phénomènes s'accomplit par l'abandon du corps-esprit (*shinshin datsuraku* 身心脱落) de soi-même (*jiko* 自己) et de l'autre que soi (*tako* 他己). Dōgen considère corps et esprit en unité et non pas l'un par opposition à l'autre (KASULIS 1981, 90). Il s'agit donc de se détacher de son corps-esprit, unité psychophysique, en même temps que du corps-esprit de l'autre. Ce double détachement est à comprendre à l'aune de la non-dualité bouddhiste. La réalité ultime est une. Voir cette réalité telle qu'elle est, *tathatā*, c'est s'éveiller. Il n'y a aucune différence entre pratique et éveil, entre corps et esprit, entre sujet et objet. Abandonner le corps-esprit de soi et de l'autre, c'est comprendre le sens de l'ainsité et réaliser la bouddhité. Dans *Shōji* – 生死 – *Vie et mort*, Dōgen écrit :

Quand on oublie le corps et l'esprit et qu'on les jette dans la maison du Bouddha, on agit dans le sens du Bouddha; si on se laisse guider ainsi, sans utiliser la force et sans dépenser l'esprit, on se détache de vie et mort et on devient Bouddha. Qui voudrait alors s'attarder à l'esprit? (ORIMO 2003, 482 – Trad. modifiée.)

L'oubli du corps et de l'esprit nous fait entrer dans la “maison du Bouddha”. Quelle signification donner à l'expression “maison du Bouddha”? Le vers 160 du *Dhammapada* – *Les vers de la Loi*<sup>12</sup> peut fournir un éventuel élément de réponse: il y est question d'un refuge.

Le moi est le protecteur (*nātho*) du moi, car quoi d'autre pourrait être son protecteur? Par un moi pleinement contrôlé, on obtient un refuge (*nātham*) qui est dur à gagner. (*Dhammapada* (12, 160) 1993, 104)

Ce refuge dur à gagner n'est-il pas la demeure du Bouddha? Où pourrait-

12. Texte pâli qui contient les plus anciens discours attribués à Śākyamuni.

il se trouver ailleurs qu'en soi-même? Le mot pâli qui signifie “refuge” a aussi le sens de “maître” ou de “protecteur”. Le maître/protecteur est le Bouddha. Entrer dans la maison du Bouddha, c'est prendre refuge en Bouddha. Quand on se détache du corps-esprit, on réalise la vacuité des phénomènes en trouvant, sur le champ, refuge en Bouddha<sup>13</sup>.

Si, opérant un retour sur vous-même, vous restez attentifs à chacun de vos actes, le principe en vertu duquel les dharmas sont dénués de moi apparaîtrait clairement. (*Genjō-kōan* dans: FAURE 1987, 114)

Retourner à son origine (*ki* 歸), retourner chez soi ou vers l'intérieur (*ri* 裏), c'est prendre refuge en soi<sup>14</sup>. Il faut remarquer, par ailleurs, que Dōgen distingue entre le moi/ego – *ga/ware* (我/われ) – et le soi – (*jiko* 自己). Une attention accrue, qui porte sur chacun de nos actes, révèle la vérité selon laquelle tous les dharmas n'ont pas d'essence immuable, de moi. On retrouve ainsi un thème cher au Portique: l'attention accordée aux représentations et aux actions.

S'engager sur la voie bouddhiste, c'est l'avènement d'une prise de conscience qui s'accompagne de la réalisation de l'interdépendance sur laquelle repose la réalité entière. Par la contemplation de l'interdépendance des phénomènes, advient une sorte d'intuition (*gaku* 覺) de la réalité telle qu'elle est, *tathatā*, et l'éveil est réalisé. Néanmoins, l'éveil n'est pas une conséquence de la pratique. En effet, chez Dōgen, la méditation assise, *taza* (打坐) ou *zazen* (坐禪) n'est en rien différente de l'éveil, qui ne découle pas d'elle, mais qui se manifeste dans instantanéité. Le présent est le moment le plus propice (*jisetsu* 時節) pour l'éveil sans trace. On dit que l'éveil n'a pas de trace et ne peut laisser de trace parce que, après avoir abandonné le corps-esprit, il n'y a rien qui pourrait laisser une trace, ni lieu où elle pourrait se déposer. La distinction entre sujet et objet, être ordinaire et éveillé, pratique et éveil, disparaît. Pourtant, le fait d'être sans trace manifeste sans cesse la présence de l'éveil, visible dans la vie de tous les jours, dans la moindre activité, aussi prosaïque soit-elle. Dans le stoïcisme, la sagesse ne garde pas non plus la trace de ce qui y conduit

13. Cela rappelle le *Triple joyau* bouddhiste: Bouddha, Dharma et Sangha (la communauté bouddhiste).

14. Le caractère *ki* (歸) peut traduire le sanskrit *śaraṇa* – le refuge.

(GOLDSCHMIDT 1998, 63). En tant que perfection, la sagesse est instantanéité. Ce que le progressant perçoit comme une méthode à laquelle il s'exerce dans la succession, est absorbé et concentré dans la sagesse parfaite. Ainsi, la conversion du progressant est immédiate, comme l'éveil selon Dōgen.

La transmission du *Dharma* (l'enseignement bouddhiste) se fait correctement lorsque celui qui la reçoit abandonne le corps-esprit, c'est-à-dire le point de vue dualiste. La vérité de la Loi (*Dharma*) n'est pas à rechercher à l'extérieur; la transmission se fait d'esprit à esprit, en tant que l'esprit est Bouddha. Si tous les êtres *sont* la nature-de-Bouddha, il s'agit alors d'une transmission *à terme unique*, similaire à l'accord avec la nature dans le stoïcisme. Réaliser la vérité du *Dharma* c'est obtenir un état sans souillure – *honbunjin* (本分人). Les trois caractères qui forment cette expression signifient littéralement “partie originelle de l'homme”. Or, cette partie originelle, qui fait penser au *daïmon* grec, n'est rien d'autre que la nature-de-Bouddha, ce qui est à la fois le plus propre et le plus commun.

## MISE EN PERSPECTIVE

On voit donc que les doctrines stoïcienne et zen préconisent dans leur pratique un retour sur soi, qui est une expérience personnelle par laquelle l'adepte se transforme afin d'échapper à l'illusion, réaliser l'accord avec la réalité et se libérer de la souffrance. Le retour sur soi se présente comme un rapport à soi qui manifeste en même temps un rapport au monde. Il s'agit, en effet, de chercher, à travers une pratique diligente, la convergence ou l'accord avec un principe qui est propre à chacun et commun à l'existence dans son ensemble. L'accord avec la nature-de-Bouddha se fait chez Dōgen naturellement ou avec spontanéité (*shizen ni bussō* 自然に佛性), car celle-ci est présente chez tous les êtres, sans exception. Autrement dit, il y a un principe d'identité entre sujet et objet (FAURE 1987, 25) et un *accord à terme unique*, pour reprendre l'expression de V. Goldschmidt. Chez les stoïciens, la conservation de soi (*oikeiosis*) de tout être vivant est spontanée au sens où le vivant a une connaissance instinctive de son intérêt, étant naturellement accordé

à soi-même et à ce qui l'entoure. L'homme, en tant qu'être doué de raison, recherche l'accord aussi de manière rationnelle. Il érige en souverain bien l'accord avec la nature qui s'accomplit par l'acquiescement au destin, l'acceptation des "événements comme ils arrivent" (CATTIN 1997, 67).

Si, dans le stoïcisme et dans le zen, on peut observer la présence d'un rapport soi/nature sous la forme d'un rapport à terme unique, demeure néanmoins la question de savoir à quel soi les deux doctrines font référence. Le soi stoïcien, en rapport avec la nature ou le *logos*, présente-t-il des similitudes avec le soi bouddhiste, qui est en rapport avec la nature-de-Bouddha? Il est possible d'esquisser quelques éléments de réponse.

On a vu que le thème du "refuge" se présente, comme une métaphore commune, pour désigner le "lieu" où la maîtrise de soi est la plus grande et où l'accord avec la réalité entière s'accomplit. Se retirer en ce "lieu" n'a pas le sens d'un repli sur soi, ni celui d'une intériorisation. Le retour sur soi n'aboutit pas, ni dans un cas ni dans l'autre, à l'isolement du pratiquant, mais suppose un réinvestissement dans le monde, cette fois de façon adéquate. Dans le stoïcisme, le philosophe ne sort pas de la cité, il assume un rôle en son sein comme tous les autres et ce, de la manière la plus active. Le même cas de figure se retrouve dans le zen, où on reconnaît l'utilité pratique du rôle social qu'un individu doit assumer.

A titre d'exemple, on peut mentionner l'importance du bodhisattva Mañjuśrī, symbole de la sagesse et de l'intelligence parfaite qui, dans les monastères zen au Japon, est le patron des cuisines, un des espaces les plus prosaïques de la vie quotidienne (GIRARD 1994, 109). Le retour sur soi est, par conséquent, inséparable d'un retour au monde dans sa dimension la plus ordinaire. En effet, comme l'a montré Bernard Faure, Dōgen, en suivant la tradition de la non-dualité du bouddhisme Mahāyāna, revalorise la vie quotidienne et le monde extérieur. La nature se confond avec le monde de l'éveil et n'est rien d'autre que "la réalité concrète perçue à partir de l'éveil" (FAURE 1987, 23). La réalité dans sa totalité est la manifestation du *Dharma*, la Loi bouddhique. Chez Dōgen, l'univers entier est la nature-de-Bouddha, le Corps de la Loi de Bouddha – *Dharmakāya* (*hosshin* 法身), ou le *kōan en acte* (*genjō kōan* 現成公案) (FAURE 1987, 23). Toute distinction entre le principe et l'ensemble des phénomènes est abolie. La nature-de-Bouddha est immanente au monde, à la nature, et traverse la totalité de l'existence. Du côté stoïcien,

l'immanence du principe est également attestée. L'intelligence divine est coextensive au monde dans son ensemble. Le souffle divin sous forme de feu artisan parcourt l'univers en l'animant. Le *logos* engendre et ordonne l'existence entière. Le dieu stoïcien n'est jamais hors du monde mais le forme et le structure de l'intérieur, il lui est identique, il est le corps du monde. On peut l'appeler: Zeus, raison, destin, nature, noms qui expriment ses multiples aspects.

On a pu aussi observer que le problème relatif au rapport entre le soi et l'âme (ou esprit) est présent dans les deux cas. Le soi n'est pas simplement âme, chez les stoïciens, ni simplement esprit, chez Dōgen. En outre, la dualité âme-corps est dépassée dans la doctrine stoïcienne par la thèse du mélange total qui suppose l'interpénétration intégrale des deux corps. Or, l'âme, qui ne survit pas au corps physique après la mort<sup>15</sup>, est un corps parmi d'autres. Dōgen, suivant la non-dualité, affirme l'unité du corps et de l'esprit et condamne comme hérésie "naturaliste" la doctrine *Senika* selon laquelle l'*ātman* est une entité éternelle, indépendante, qui se détache du corps au moment de la mort pour renaître dans un autre corps. Sous la même accusation tombe aussi la conception d'un soi comme expression immédiate de la nature immanente de Bouddha (FAURE 1993, 264). En effet, c'est du quiétisme qu'il faut se défendre: s'il suffisait de comprendre l'équation "*soi est Bouddha*" pour s'éveiller, on pourrait estimer que tout l'enseignement et la poursuite de la voie bouddhiste sont inutiles. Ceci rappelle le refus stoïcien de l'argument paresseux. Selon ce dernier, si tout est ordonné par la loi du destin, alors il ne nous reste plus rien à faire. Les stoïciens ont pourtant soutenu que même si nous sommes naturellement recommandés à la sagesse, il nous incombe d'accomplir, par la philosophie comme art de vivre, le passage à la sagesse (GOLDSCHMIDT 1998, 55).

Si on considère la conception stoïcienne du soi comme ayant une dimension substantialiste, eu égard au fait que l'âme est un corps existant qui agit, elle aurait pu faire l'objet d'une éventuelle critique dōgenienne. Le soi dont parle Dōgen est au-delà de toute division sujet-objet. Croire qu'il est une substance impérissable et indépendante est une erreur.

15. Même l'âme du sage ne survit pas à l'embrasement intégral et périodique du monde.

Néanmoins, structuré comme un système de représentations, possédant un mouvement tensionnel, le soi stoïcien est réflexif et capable de se transformer lui-même. Plutôt qu'essence immuable de l'individu, il se caractérise par son activité qui va dans le sens de l'accord avec le principe. Or, "la substance stoïcienne se définit essentiellement par son activité" (GOLDSCHMIDT 1998, 127). A l'origine de toutes choses se trouve une unique cause motrice (le *logos*) caractérisée par une activité ininterrompue au sein-même du monde. Comme toute distance entre le modèle et la copie est annulée, à l'instant même de l'action l'accord avec la nature peut être réalisé. De même, la sagesse stoïcienne n'est pas une perfection figée. Le sage, qui a une manière d'agir conforme au *logos*, n'est jamais inactif: ses actions, comparées à la danse ou au jeu d'acteur, contiennent leur fin (*télos*) en elles-mêmes, indépendamment d'un but (*skopos*) extérieur. Les stoïciens refusent ainsi le finalisme. Chez Dōgen, le refus de distinguer entre éveil et pratique de la méditation assise va dans le même sens et toute distance entre la voie bouddhique et la réalisation de la bouddhité est abolie. L'identité entre le soi et le principe n'est pas à faire car elle est toujours déjà manifeste. Mais il faut en prendre conscience et l'actualiser par l'activité présente.

Ainsi, il faut souligner un autre trait commun: la valorisation du présent. En toutes circonstances, selon la doctrine stoïcienne, l'accord avec la nature s'accomplit dans le présent – "seul mode du temps qui nous soit donné" (GOLDSCHMIDT 1998, 168). Le présent, seul temps de l'action, est le moment favorable pour accomplir ses actes de manière conforme au destin. On peut ainsi "manger sa soupe "de manière à plaire aux dieux"" (GOLDSCHMIDT 1998, 169). Dōgen aurait pu souscrire sans difficulté à cette idée "car seul le présent de l'acte, l'actuel est réel" (NAKIMOVITCH 1999, 103). *Jisetsu* (時節) est, en effet, le moment favorable pour l'éveil. Ce moment toujours déjà là, est constitué par les causes et conditions telles qu'elles se manifestent *hic et nunc*. Dōgen va jusqu'à affirmer que la nature-de-Bouddha n'est rien d'autre que les causes et les conditions du moment (*jisetsuin* 時節因). Il n'y a rien à attendre pour réaliser l'éveil, car l'éveil n'est rien en dehors de cet instant même. Encore une fois, l'activité quotidienne la plus banale est la bonne occasion pour actualiser l'accord avec la nature, accord qui se manifeste aussi par la compassion pour les autres êtres.

L'accent est donc mis sur la nécessité de la pratique: tant pour Dōgen que pour les stoïciens Epictète et Marc-Aurèle, il ne suffit pas de savoir que nous sommes de la même nature que la réalité dans sa totalité, il est également indispensable de pratiquer ou d'actualiser constamment ce savoir. De fait, dans les deux cas, le retour sur soi prend la forme d'une présence à soi, d'une attention constante à soi, c'est-à-dire à sa vraie nature. Ce qui ne revient pas à se résoudre à une préoccupation auto-centrique ou égocentrique. Mais, par une transformation de soi radicale, réintégrer et réaliser la réalité en tant que telle. Le retour sur soi est un retour à l'harmonie réelle. Ce retour est un exercice, une pratique qui, dans le stoïcisme, prend la forme d'un art de vivre (*technē tou biou*) selon l'idéal de la sagesse et, dans le zen, d'une actualisation (*genjō* 現成) de la véritable nature, par l'éveil.

Au sein de l'antiquité gréco-romaine, le stoïcisme apparaît comme une philosophie qui met en avant la relation subjective de l'homme avec soi-même. L'homme est considéré capable d'échapper à la souffrance par la maîtrise des passions et par le contrôle de ses représentations, de se rendre libre par lui-même. Dès son apparition, le bouddhisme fût sensible aussi à ces aspects. Si on admet la possibilité d'une rencontre entre deux philosophies comme le zen et le stoïcisme, une manière pour la rendre effective est donc, à notre sens, celle qui prend en compte le rapport à soi qui situe l'homme dans un rapport avec le tout.

## BIBLIOGRAPHIE

- BRÉHIER, Émile  
1962 (traducteur), *Les stoïciens* (Paris: Tel Gallimard).
- BRUNSCHWIG, Jacques  
1998 *Les stoïciens* dans: *Philosophie Grecque*, sous la direction de Monique Canto-Sperber (Paris: PUF).
- CATTIN, Emmanuel  
1997 (traducteur), *Manuel d'Epictète* (Paris: GF Flammarion).
- FAURE, Bernard  
1987 (traducteur), *Dōgen. La vision immédiate. Nature, éveil et tradition selon le Shōbōgenzō* (Paris: Le Mail).

- 1993 *Chan Insights and Oversights: An Epistemological Critique of the Chan Tradition* (Princeton: Princeton University Press).
- 1998 *Bouddhismes, philosophies et religions* (Paris: Flammarion).
- GIRARD, Frédéric
- 1994 *Le moi dans le bouddhisme japonais. Ebisu. Études japonaises. Bulletin de la Maison Franco-Japonaise*. Tokyo. n° 6 juillet-septembre, 97-124.
- GOLDSCHMIDT, Victor
- 1998 *Le système stoïcien et l'idée de temps* (Paris: Vrin).
- HADOT, Pierre
- 1992 *La citadelle intérieure. Introduction aux pensées de Marc-Aurèle* (Paris: Fayard).
- JAFFRO, Laurent
- 2008 *Système et subjectivité. Le soi stoïcien des Modernes*. <http://halshs.archives-ouvertes.fr/halshs-00188198/>
- KASULIS, Thomas P.
- 1981 *Zen Action, Zen Person* (Honolulu: University of Hawai'i Press).
- NAKIMOVITCH, Pierre
- 1999 *Dōgen et les paradoxes de la bouddhété* (Genève: Librairie Droz S.A.).
- ORIMO, Yoko
- 2003 *Le Shōbōgenzō de Maître Dōgen* (Vannes: Sully).
- SORABJI, Richard
- 2006 *Self: Ancient and Modern Insights about Individuality, Life, and Death* (Chicago: University of Chicago Press).
- VOELKE, André-Jean
- 1973 *L'idée de volonté dans le stoïcisme* (Paris: PUF).
- Autres ouvrages*
- Dhammapada. Les dits de Bouddha* (Paris: Albin Michel, 1993).